

Around the world, there will be 9.9 million
new cases of dementia in 2015,

one every
3 seconds



2050

2030

2015

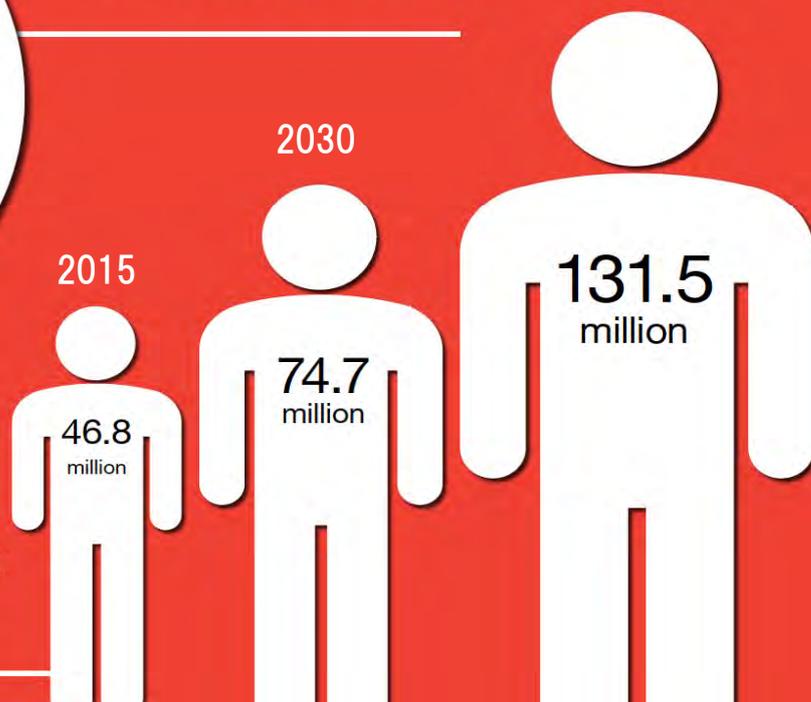
131.5
million

74.7
million

46.8
million

46.8 million people worldwide are
living with dementia in 2015.

This number will almost
double every 20 years.



World Alzheimer Report 2015から引用 <https://www.alz.co.uk/research/WorldAlzheimerReport2015.pdf>

活動的なライフスタイルの獲得のための課題

介護予防事業
(行政事業)



趣味活動
(多様な形態)



地域活動
(地域ネットワーク)



就労活動
(民間事業)



活動的な高齢者
(集いの場を持っている)

認知症予防



不活発な高齢者
(行く場所を持たない)

認知症予防のための新たな
コミュニティの創出

人づくり・環境づくり

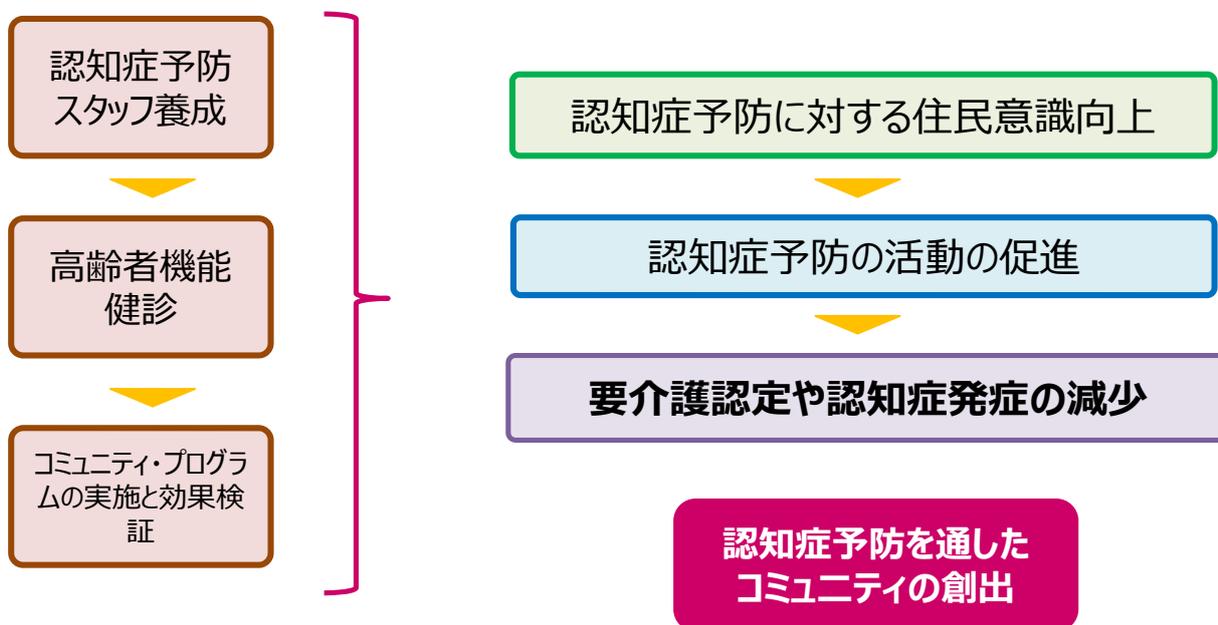
認知症予防を成功へ導くための課題

- 認知機能が低下した高齢者のスクリーニングを円滑に実施し、より効果的なプログラムを開発して**継続的に活動できる環境の創出**が必要
- 効果的で継続可能な認知症予防システムを構築するためには、**高齢者間の身近な関係の中からの共助関係を促進し、新たなコミュニティの創出**が必要

地域における認知症予防のスキームの構築

本研究開発プロジェクトの達成目標

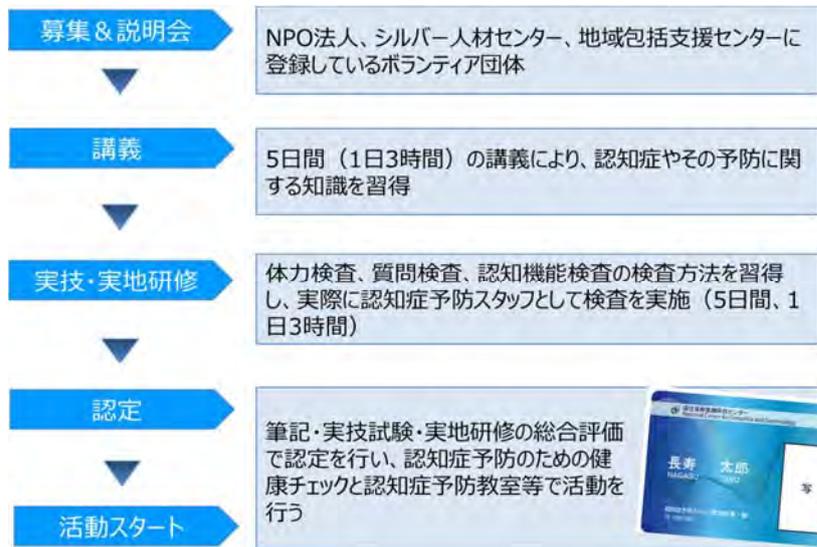
認知症予防スタッフの養成システム、認知機能スクリーニングシステム、認知症予防プログラムを開発・実施し、高齢者の共助による認知症予防の取り組みの効果を検証し、行政事業として実装されることを目指す。



開発プロセスおよび成果の概要

認知症予防スタッフの養成

地域における認知症予防活動の実施が可能な人材育成を目的



認知症予防スタッフ養成の流れ

開発プロセスおよび成果の概要

認知症予防スタッフの養成

認知症予防スタッフ98名養成
地域で活動



<認知症予防スタッフの活動>

- 高齢者機能健診の測定および補助
- コミュニティ・プログラムの運動教室の運営と小グループ活動のサポート
- 地域開催の講演会などで自発的に活動

<PJ終了後>

- 自発的に認知症カフェを企画・開催
- 認知症予防に関する行政事業に参加
- 認知症予防関連事業のスタッフとして活動を継続

勤怠管理システム開発

認知症予防スタッフの勤怠やシフトを効率よく管理するために、勤怠管理システムを開発



開発プロセスおよび成果の概要

高齢者機能健診（脳とからだの健康チェック）

健康における意識向上と認知機能低下者のスクリーニングを目的

名古屋市緑区在住の70歳以上の高齢者
全員に案内

＜高齢者機能健診検査項目＞

- 認知機能検査
- 運動機能検査
- 質問紙調査
- 血液検査 など



認知症予防に対する高齢者
機能健診の重要性の認識が
向上され、他地域においても
実施されるようになった。



開発プロセスおよび成果の概要

コミュニティ・プログラムの開発および効果検証

認知機能が低下した高齢者を対象に、民間施設と連携したコミュニティ・プログラム効果をランダム化比較試験にて検証



運動教室
(週1回、1回90分、40回)

- フィットネスクラブ3か所にて実施
- 有酸素運動+脳活性運動+コミュニケーション要素を付加させたプログラム
- ホームプログラムも実施



小グループ活動
(月2回、1回2時間)

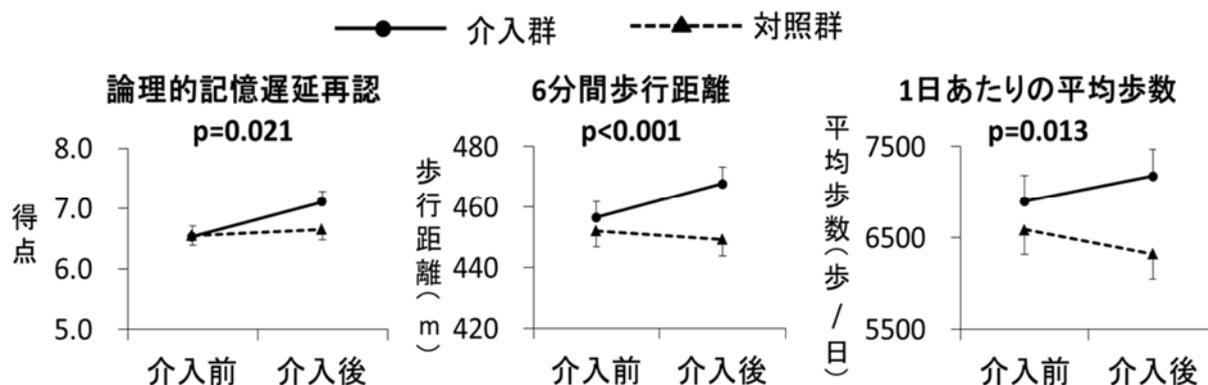
- 運動教室外の時間でコミュニケーションを促進するような文化・知的活動



コミュニティ・プログラムの内容

開発プロセスおよび成果の概要

コミュニティ・プログラムの開発および効果検証



- 介入により、認知機能および体力、身体活動量の向上が確認された。
- 睡眠の質の改善、ソーシャルネットワークの強化など心理・社会的側面に対しても介入効果があることが示唆された。
- PJ終了後、民間施設で継続教室が展開された。

開発プロセスおよび成果の概要

地域への波及効果検証

本プロジェクトにおける認知症予防に対する一連の取り組みが当該地域住民全体にどのような効果をもたらすかを検証

【事前調査：2013年6～8月】

名古屋市緑区在住の70歳以上全員（24,508名：要介護・要支援認定者除外）に郵送による質問紙調査を実施して16,276名（66.4%）から回答を得た。



【事後調査：2015年6～8月】

事前調査時に回答が得られた16,276名のうち、死亡転出者を除いた15,670名に再度質問紙調査を実施した結果、11,362名（72.5%）から回答を得た。

＜波及効果に関する主な結果＞

- 2年間で地域とのかかわりと認知症予防スタッフの認知している者の割合が高くなった。
- 地域の認知症予防に対する取り組みを肯定的に評価する住民が増えた。
- 認知症予防に関する認識への波及効果が示唆された。

成果のまとめ

- ❖ コミュニティの人的資源を認知症予防スタッフとして養成する方法が提示できる
- ❖ コミュニティの中から認知症になりやすい人々を、コミュニティの資源を活用してスクリーニングする方法が提示できる
- ❖ コミュニティの資源を活用した認知症予防プログラムが、認知症になりやすい人々の認知機能を高める効果が確認された
- ❖ 一連の認知症予防の取り組みが、コミュニティ全体へ及ぼす波及効果が確認された

コミュニティの変化と今後の展望

- ❖ 認知症予防に関する講演・新聞・放送などを通じた積極的な情報発信により、認知症予防に対する**社会的関心が大きく向上**
- ❖ 行政事業の中でフィットネスクラブが果たすべき役割を検討し、**介護予防事業の参入促進が決定**
- ❖ 本プロジェクトにて開発された「人材育成、高齢者機能健診、認知症予防プログラム実施」という一連のプロセスは、**認知症になりにくい町づくりの先進事例として他の自治体においても実施**（愛知県の全市町村と神奈川県全域）
- ❖ 今後、これらの取り組みが要介護状態の認定率や認知症の発症に及ぼす影響について縦断的に検証する予定